

Аннотация

к рабочей программе учебного курса «Физическая культура», 10-11 классы

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана на основе требований к планируемым результатам освоения ООП СОО МКОУ Бирюльская СОШ.

Рабочая программа включает в себя планируемые результаты обучения, содержание, тематическое планирование.

Учебники: Физическая культура. 10-11 классы: базовый уровень. / В.И. Лях – М.: Просвещение, 2020г.

Уровень подготовки обучающихся: базовый.

Формы организации учебных занятий: урок-лекция, круговая тренировка, урок-практикум, урок-соревнование.

Целью рабочей программы является 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.

Задачи физического воспитания учащихся 5-9 классов направлены:

на содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам;

на расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;

на дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

на формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;

на углубленное представление об основных видах спорта;

на закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;

на формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции.

Учебный предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности», которая включена в обязательную часть учебного плана. Рабочая программа по физической культуре рассчитана на 102 часа в 10 классе и 102 часа в 11 классе (по 3 часа в неделю, 34 учебные недели).

Формы контроля: Формы контроля: контрольные упражнения, нормативы ИУФП, учебные игры.