

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для учащихся средней школы составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования; требованиями к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным, предметным); основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий для основного общего образования, на основе авторской программы Лях В. И., Зданевич А. А., в соответствии с учебным планом МОУ «Ферзиковская средняя общеобразовательная школа».

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением **задач** физического воспитания учащихся 10-11 классов направленных на:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработку 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 физиологической подготовленности;
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;
- закрепление потребности к регулярным занятиям физически ми упражнениями и избранным видом спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;
- дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

В учебном плане старшей школы физическая культура представлена в объеме 204 часа. В том числе в 10 классе – 102 учебных часа из расчета 3 учебных часа в неделю, в 11 классе – 102 учебных часа из расчета 3 учебных часа в неделю.

Структура содержания общеобразовательного курса физической культуры определяется следующими разделами:

- Знания о физической культуре
- Способы физкультурной деятельности
- Физическое совершенствование

Ведущая идея курса – содействовать гармоничному физическому развитию, формированию общественных и личных представлений о престижности высокого уровня здоровья и

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
«ФЕРЗИКОВСКИЙ РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

разносторонней физиологической подготовленности, закреплению потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта, формированию адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания; и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

Учебник:

Физическая культура. 10–11 классы / под ред. В. И. Ляха, А.А. Зданевича – М.: Просвещение.