

Аннотация к рабочей программе

| | |
|----------------------------|--|
| Предмет | Физическая культура |
| Срок реализации | до 31.05.2022 г. |
| Уровень | Среднее общее образование |
| Класс | 10 - 11 |
| Учитель | Кузнецов Е.Ю., учитель физической культуры; Перемотина И.И. учитель физической культуры, высшая квалификационная категория; |
| Общие цели и задачи | <p>Целью школьного физического воспитания 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.</p> <p>Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в старшей школе направлен на решение следующих задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам; 2. формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности; 3. расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях; <ul style="list-style-type: none"> • дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростносиловых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.); • формирование знаний и представлений о современных оздоровительных системах физической культуры, спортивной тренировки и соревнований; • формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля; • формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности; • формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания; • дальнейшее развитие психических процессов и обучение |

| | |
|--|--|
| | <p>основам психической регуляции; закрепление потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта (на основе овладения средствами и методами их организации, проведения и включения в режим дня, а также как формы активного отдыха и досуга).</p> <p>4. Обеспечение равных возможностей получения качественного среднего общего образования.</p> <p>5. Обеспечение достижения обучающимися образовательных результатов в соответствии с требованиями, установленными Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (далее – ФГОС СОО).</p> |
| <p>Особенности преподавания</p> | <p>Настоящая программа по физической культуре для 10 - 11 классов составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, примерной программы среднего общего образования по физической культуре. В соответствии с учебным планом на 2021 - 2022 учебный год на изучение учебного предмета физическая культура отводится в 10, 11 классах 105 часов, из расчета 3 часа в неделю.</p> |