

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 классы (среднее общее образование)

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, основной образовательной программой среднего общего образования МОУ СОШ № 3 г. Балашова.

Предметная область – физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности.

Предмет - физическая культура.

Цель обучения: развитие физических качеств и способности, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья; воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной деятельностью; овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта; освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций; приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Задачи обучения:

содействие гармоничному физическому развитию, выработка 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 и координационных способностей;
формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, формирование адекватной самооценке личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма; развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания; дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психических регуляции.

Место учебного предмета в учебном плане: на изучение физической культуры на уровне среднего общего образования отводится 207 часов. Из них в 10 - х классах 105 часов; 11-х классах - по 102 ч в год (10 – х классах - 35 учебных недель по 3 часа в неделю, 11-х классах – 34 учебные недели по 3 часа в неделю).

Учебно-методические комплекты:

№ п/п	Авторы, название учебника	Класс	Издательство	Электронный сайт издательства
1.	Лях В.И. Физическая культура (базовый уровень)	10–11	Просвещение	www.prosv.ru/umk/10-11