

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 10-11 КЛАССЫ

Место предмета в структуре основной образовательной программы.

В соответствии с Основной образовательной программой основного общего образования МБОУ Лицей «Эврика» предмет «Физическая культура» входит в обязательную часть предметной области Учебного плана «Физическая культура». Изучается с 10 по 11 классы.

Цель изучения предмета. Основными целями изучения физической культуры в 10 - 11 классах в соответствии с требованиями ФГОС ОСО являются:

1. освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
2. формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;
3. приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
4. формирование у учащихся основной школы основ здорового образа жизни;
5. развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
6. формирование потребностей обучающихся в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
7. психологической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности;

Структура предмета.

В структуру предмета по математике входят следующие разделы:

- Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самконтроля;
- Спортивные игры;
- Гимнастика с элементами акробатики;
- Легкатлетические упражнения;
- Общая физическая подготовка.

Основные образовательные технологии. В процессе изучения предмета используется как традиционные, так и инновационные технологии, игрового, личностно-ориентированное обучение и здоровьесберегающие технологии.

Формы контроля: зачетные уроки в течение четверти, сдача нормативов в конце четверти и учебного года.

Требования к результатам освоения предмета:

Знать/понимать:

- влияние оздоровительных систем физической культуры на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и увеличение продолжительности жизни;
- формы занятий физической культурой, их целевое назначение и особенности проведения;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;

Уметь:

- планировать и проводить индивидуальные занятия физическими упражнениями различной целевой направленности;
- выполнять индивидуально подобранные композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы атлетической гимнастики
- демонстрировать уровень физической подготовленности учащихся.

Общая трудоемкость предмета. Программа рассчитана на 3 ч в неделю, всего 193 ч: в 10 классе – 95 ч., в 11 классе – 98 ч.

Составитель: Вахтель Ф.Ф., учитель физической культуры МБОУ Лицей «Эврика»