

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 класс

Настоящая рабочая программа по предмету Физическая культура для 10-11-го классов разработана в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО), учебным планом МБОУ «Губернаторский лицей № 100».

Основные требования к содержанию и структуре рабочей программы закреплены в документах:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012г. № 413 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» с изменениями и дополнениями от 29.12.2014г. № 1645, от 31.12.2015г. № 1578, от 29.06.2017г. № 613.
- Приказ Министерства просвещения РФ от 12.08.2022 г. № 735 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования».
- Приказ Министерства просвещения от 23.11.2022 г. № 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования».
- Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) в МБОУ «Губернаторский лицей № 100».

Цель настоящей программы

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения спортивным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного хранения собственного здоровья;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, спортивным играм, формам активного отдыха и досуга;
- оптимизации трудовой деятельности;
- обучение способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Данная программа позволяет обучающемуся решать личностно-значимые практико-ориентированные задачи через достижение планируемых результатов: предметных, метапредметных и личностных.

Общая характеристика учебного предмета:

Физическая культура на среднем уровне является учебным предметом, формирующим у лицеистов жизненно необходимые знания, умения, навыки, развивающим двигательные способности. Одновременно в силу своей специфики оно оказывает оздоровительное, реабилитационное и рекреативное воздействие, способствует восстановлению умственной работоспособности учащихся, удовлетворяет часть жизненно необходимой потребности развивающегося организма в движении. Физическая культура формирует полезные

привычки, приучает обучающихся соблюдать правила личной и общественной гигиены. Поэтому, являясь учебной дисциплиной, оно одновременно выступает как фактор, повышающий качество жизни учащегося.

Программа по предмету «Физическая культура» содержит три системно взаимосвязанных между собой раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент); «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры», «Физическая культура и спорт в современном обществе», «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека». В этих темах приводятся сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, основных направлениях развития физической культуры в современном обществе, о формах организации активного отдыха и способах укрепления здоровья средствами физической культуры. Кроме этого, здесь раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки, особенности организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, даются правила контроля и требования техники безопасности.

В разделе «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» представлены задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя такие темы, как «Организация и проведение занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической культурой». Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений.

Описание места учебного курса в учебном плане, информация о количестве учебных часов:

В соответствии с учебным планом МБОУ «Губернаторский лицей № 100» на изучение предмета «Физическая культура» в 10-11 классе отводится 68 часов в год, 2 часа в неделю, при этом третий час обеспечивается за счёт посещения обучающимися спортивных секций, кружков, внеурочных занятий спортивно-оздоровительной направленности.

Информация об используемом УМК:

Программа ориентирована на использование УМК: «Физическая культура, 10-11 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».