

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Предмет	Физическая культура
Уровень образования	Среднее общее (10-11 класс)
Разработчики программы	Учитель физической культуры Варадин Ю.В.
Нормативно-методические материалы	<ul style="list-style-type: none"> - федеральный компонент государственного стандарта основного общего образования по физической культуре (приказ Минобрнауки РФ от 5.03.2004 №1089); - примерная программа основного общего образования по физической культуре; - «Комплексная программа физического воспитания. 1-11 классы» авторов Лях В.И., Зданевич А.А. 7-е издание, Москва, «Просвещение», 2010 года - приказ Минобрнауки РФ от 31.03.2014 №253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»; - ФБУП 2004 г. (приказ Минобрнауки РФ от 9.03.2004 г. №1312); - Инструктивно – методическое письмо БелИРО «О преподавании предмета «Физическая культура» в общеобразовательных учреждениях Белгородской области в 2014-2015 уч.г.»
Реализуемый УМК	Реализация рабочей программы предполагает использование учебника В.И. Лях, А.А. Зданевич «Физическая культура. 10-11 классы», "Просвещение", Москва 2013 г.
Цели и задачи изучения предмета	<p>Цель учебного предмета</p> <p>-формирование физической культуры личности юношей и девушек в процессе овладения ими основами физической деятельности с профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью. Такая целевая установка ориентирует педагогический процесс на подготовку обучающихся лица к предстоящей жизнедеятельности (к общественно-производительному труду, службе в армии, к воспитанию детей), а так же проведение самостоятельных спортивных занятий, удовлетворение потребности в ведении здорового образа жизни. Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> -освоение базовых знаний и общих представлений о физической культуре, их истории и современном развитии, значении в жизни человека, роли в укреплении и сохранении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности; - воспитание физических качеств и повышение функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма; - совершенствование жизненно важных навыков и умений, формирование культуры движения; - обогащение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями с общеразвивающей и корректирующей направленностью;

	<p>-обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно - оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;</p> <p>-воспитание положительных качеств личности, эстетическому и нравственному воспитанию, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;</p> <p>-расширение двигательного опыта за счет использования разнообразных общеразвивающих упражнений в различных формах занятий физической культуры;</p> <p>-овладение современными системами физических упражнений, включая упражнения рекреативной, корригирующей и прикладной направленности;</p> <p>-расширение объема занятий о разнообразных формах соревновательной и физкультурной деятельности, использование этих форм для совершенствования индивидуальных физических и психических способностей, самопознания, саморазвития и самореализации;</p> <p>-гармонизация физической и духовной сфер, формирование потребностей в культуре движений, красивом телосложении, оптимальном физическом развитии и крепком здоровье;</p> <p>- формирование адекватной самооценки личности, высокой социальной адаптации в коллективном общении и взаимодействии;</p> <p>- формирование навыков и умений использовать физическую культуру как средство воспитания подрастающего поколения, укрепления будущей семьи и утверждение спортивного стиля жизни.</p>
Срок реализации программы	2 года
Место учебного предмета в учебном плане	<p>Базовый курс</p> <p>10 класс- 102 часа (3 часа в неделю)</p> <p>11 класс – 102 часа (3 часа в неделю)</p>
Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)	<p>В результате изучения предмета «Физическая культура» обучающиеся должны:</p> <p>знать/понимать</p> <ul style="list-style-type: none"> • правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности; • психофункциональные особенности собственного организма; <ul style="list-style-type: none"> • индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности; • способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок; • правила личной гигиены, профилактики травматизма. <p>уметь</p> <ul style="list-style-type: none"> • преодолевать искусственные и естественные препятствия с

	<p>использованием разнообразных способов передвижения;</p> <ul style="list-style-type: none">• выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;• осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;• соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями;• управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения. <p>использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для</p> <ul style="list-style-type: none">• подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;• активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.
--	--