

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10 класса (среднее общее образование)

Рабочая программа по физической культуре составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012г. №273-ФЗ(с изменениями и дополнениями);
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05. 2012г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (с изменениями и дополнениями);
3. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014г № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования(с изменениями и дополнениями);
4. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010г. №189 "Об утверждении Сан ПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (с изменениями и дополнениями);
5. Федерального закона «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
6. Распоряжения правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года №1165-р "Об утверждении плана мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"
7. Приказа Министерства физической культуры и спорта Ульяновской области «О комплексе мер по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Ульяновской области. От 11.09.2015 г. №19 - №2.
8. Образовательная программа среднего общего образования МБОУ СШ №1 р.п. Кузоватово Ульяновской области.
9. Учебный план МБОУ СШ №1 р.п. Кузоватово на 2022-2023 учебный год
10. Примерная рабочая программа "Физическая культура" предметной линии учебников В.И. Ляха 10-11 классы. М., "Просвещение" 2019г.;

Учебно - методическое оснащение курса.

1. Учебник Физическая культура 10-11 классы. В.И. Лях. Учебник для общеобразовательных организаций - М. Просвещение 2018г.
2. Методические рекомендации. Физическая культура 10-11 классы. Пособие для учителей общеобразовательных организаций М. Просвещение 2017г.

Цели и задачи физической культуры в 10 классе:

Целями изучения физической культуры в средней школе являются:

1. 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.
2. Формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Для успешного достижения целей образовательный процесс в области физической культуры направлен на решение следующих задач:
Подготовка обучающихся к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути, к умению самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, за рамками учебного процесса;

- Содействие гармоничному физическому развитию, выработке умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам, оценивать состояние собственного здоровья, вести самонаблюдение и самоконтроль;
- Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания и мировоззрения, представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности, подготовке к службе в армии;
- Расширение двигательного опыта посредством овладения базовых видов спорта, обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- Воспитание положительных качеств личности, формирование норм взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

В школьном учебном плане на изучении физической культуры в 10 классе предусмотрено 102 часа в год (3 часа в неделю)

основные разделы:

1. Легкая атлетика
2. Спортивные игры "Баскетбол"
3. Гимнастика с основами акробатики и элементами единоборств
4. Лыжная подготовка
5. Спортивные игры «Волейбол»

Периодичность и формы текущего контроля:

Контрольное тестирование уровней физической подготовленности – 2

Нормативы физических упражнений по изучаемым видам спорта -5

Выполнение комплекса ГТО

Дистанционное обучение: В период карантина (усиление санитарно-эпидемиологических мероприятий) обучение может осуществляться в дистанционном режиме. Для организации дистанционного обучения по физической культуре используются следующие платформы: Российская электронная школа», «ЗУМ», «ВК».