

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 класс

Предмет	Физическая культура
Класс	10-11 класс
Срок реализации рабочей программы	2 года
Нормативно методические материалы	1.Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерством образования и науки РФ от 17 мая 2012 года № 413 с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 года, 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г. 2.Учебный план ГКОУ НККК на 2023-2024 учебный год.
Реализуемый УМК	Физическая культура, 10-11 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
Цели и задачи изучаемого предмета	<p>Цель: 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. Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 физической подготовленности; • расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях; • дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей; • формирование знаний и представлений о современных оздоровительных системах физической культуры, спортивной тренировки и соревнований; • формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля; • формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнение функций отцовства и материнства, подготовки службе в армии; <ul style="list-style-type: none"> • формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания; • дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции; • закрепление потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта.

Рабочая программа представляет собой целостный документ, включающий разделы:

- планируемые результаты освоения учебного предмета;
- содержание учебного предмета;

тематическое планирование с указанием количества часов на освоение каждой темы

На изучение физической культуры при получении среднего общего образования отводится 204 часа: 34 учебных недели; в 10 классе — 102 часа, 3 часа в неделю; в 11 классе — 102 часов, 3 часа в неделю.

С учетом региональных особенностей раздел „Лыжные гонки,, заменен на „Кроссовую подготовку,,. Часы вариативной части отведены на спортивные игры.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании направлена на:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион),
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Формы организации учебного процесса

Единицей учебного процесса является урок. В первой части урока проводится объяснение нового материала, во второй части урока планируется практикум в форме практических работ или практических заданий. С учетом требований СанПИН задания рассчитаны на 10-25 минут и направлены на отработку отдельных технологических приемов. Практикумы - интегрированные практические работы ориентированы на получение целостного содержательного результата, осмысленного и интересного для учащихся. При выполнении работ практикума предполагается использование актуального содержательного материала и заданий из других предметных областей. Часть практической работы (прежде всего подготовительный этап, не требующий использования технических средств) включена в домашнюю работу учащихся, в проектную деятельность.

Формы текущего контроля знаний, умений, навыков; промежуточной и итоговой аттестации обучающихся

Все формы контроля по продолжительности рассчитаны на 10-40 минут.

Текущий контроль осуществляется с помощью практикума в форме практических работ и практических заданий, а также путем устного/письменного опроса.

Тематический контроль осуществляется по завершении крупного блока (темы) в форме тестирования, выполнения зачетной практической работы, индивидуально - тематического контроля знаний учащихся, экспресс – опросов, проверочных, практические, ситуационные задачи.

Итоговый контроль осуществляется по завершении учебного материала в форме тестирования

Контрольные нормативы: проверка нормативов проводится в течение учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения в соответствии с контрольными нормативами.

Тестовые нормативы: проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока с целью выявления динамики физического развития учащихся и с целью более правильного распределения нагрузки на уроках.

Программный материал способствует повышению уровня физической подготовленности обучающихся, позволяющего выполнять нормы и требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»