

Аннотация
к рабочей программе по физической культуре
среднего общего образования

Рабочая программа разработана на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273 – ФЗ (с изменениями);
- федеральный компонент государственного стандарта общего образования, утвержденный приказом Минобразования РФ от 05 03 2004 года № 1089 (с изменениями);
- санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ, (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29. 12. 2010 г. № 189 - СанПиН 2.4.2.2821-10)
- примерные программы по физической культуре. М., Дрофа, 2007;
- федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2020-2021 учебный год (утверждён приказом Минобрнауки России от 31.03.2014 г. №253);
- требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного образовательного стандарта;
- Устав образовательного учреждения;
- образовательная программа МБОУ НГО «СОШ № 10»;
- учебный план МБОУ НГО «СОШ № 10».

Изучение физической культуры на базовом уровне среднего общего образования направлено на достижение следующих целей:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентации;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Место предмета в учебном плане

Нормативный срок освоения программы учебного предмета «Физическая культура» на базовом уровне среднего общего образования основного общего образования составляет 1 год.

Учебный план МБОУ НГО «СОШ № 10» отводит 102 часов для обязательного изучения учебного предмета «Физическая культура» на этапе среднего общего образования, из расчета 3 часа в неделю 11 класс. Урок по учебному предмету "Физическая культура" проходит три раза в неделю по одному часу.

Продолжительность урока – 40 минут.

Требования к уровню подготовки обучающихся (знать/уметь)

Требования к уровню подготовки обучающихся по данной программе - результаты освоения предмета физическая культура в соответствии с требованиями ФК ГОС.

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и решения задач программы используются современные методы обучения и образовательные технологии, взаимно дополняющие друг друга. Методы обучения делятся на две группы: общепедагогические и специальные методы.

К общепедагогическим методам, применяемым на уроке физической культуры, относятся следующие:

- 1) Словесные методы (дидактический рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, лекция, инструктирование, комментарии, распоряжения, команды, указания);
- 2) Методы наглядного воздействия (непосредственная наглядность; опосредованная наглядность; направленного прочувствования двигательного действия; срочной информации).

Специальные методы:

- 1) Методы строго регламентированного упражнения:

- методы обучения двигательным действиям (целостно-конструктивного упражнения; расчлененно-конструктивного упражнения; сопряженного воздействия);

- методы воспитания физических качеств (методы стандартного упражнения; методы переменного упражнения, круговой метод);

- 2) Игровой метод (использование упражнений в игровой форме);

- 3) Соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме).

С помощью этих методов решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения физических упражнений и воспитанием физических качеств.