

Аннотация
к рабочей программе по «Физическая культура»
на уровне среднего общего образования.

Программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 17 мая 2012 г. № 473 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" (далее - ФГОС СОО) и Федеральной образовательной программой среднего общего образования утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 18 мая 2023 г. N 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования».

Цель образования в области физической культуры:

- формирование у школьников устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостного развития своих физических и психических качеств;
- использование средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Достижение цели физического воспитания направлено на:

- развитие основных физических качеств и способностей укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знание о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Задачи физического воспитания:

- содействие гармоническому развитию личности, укрепления здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактики плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей;
- выработка представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубленное представление об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах, инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

- выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических способностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

Учебный план предусматривает изучение физической культуры на этапе среднего общего образования в 10, 11 классах – 136 часов, в том числе: 10 класс – 68 часов, 11 класс – 68 часов, из расчёта 2 часа в неделю.