

Аннотация

Программа по физической культуре для среднего общего образования составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, а также с учетом потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для укрепления, поддержания здоровья.

Цель программы:

Целью образования по физической культуре является развитие, обучение и воспитание разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе для 10-11 классов данная цель связывается с формированием потребности учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта.

Основные задачи:

Программа по физической культуре направлена на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями, освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, формирование основ знаний о влиянии занятий физическими упражнениями на организм, воспитанию положительных качеств личности, инициативности, самостоятельности, взаимопомощи и чувства ответственности, овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий, приобретение компетентности в спортивной деятельности.

Информация о количестве учебных часов:

Общее число часов для изучения физической культуры – 204 часа: в 10 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 11 классе – 102 часа (3 часа в неделю). Общее число часов, рекомендованных для изучения вариативных модулей

физической культуры, – 68 часов: в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Учебники:

Физическая культура, 10-11 классы/ Лях В.И., М.: Просвещение, 2019.