

Аннотация

к рабочим программам по физической культуре 10-11 классы

Вид программы	Общеобразовательная
Наименование	Физическая культура
Объем (общее количество учебных часов)	204
Краткая аннотация: -целевая аудитория - приобретаемые компетенции	<p>10 класс – 102 часа; 11 класс – 102 часа;</p> <p>Целью школьного физического воспитания является 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.</p> <p>Данная программа позволит обучающимся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации; - овладеть умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность. - овладеть навыками систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). - научиться взаимодействовать со сверстниками - развить умения выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
Срок освоения	2 года
Форма обучения	Очная
Ведущий преподаватель	Афанасенко Фёдор Сергеевич
Должность	Учитель