

Аннотация к рабочей программе

МАОУ СШ №134

предмет	Физическая культура					
уровень	IV					
класс	10	11				
количество часов	102	102				
рабочая программа разработана на основе	Основной образовательной программы основного общего образования МАОУ СШ № 134; требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения; Примерной программы основного общего образования по физической культуре 10-11 классы, комплексной программы физического воспитания Ляха В.И					
цели программы	<p>формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, программа направлена на достижение следующих целей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие основных физических качеств и способностей, укрепление индивидуального здоровья, совершенствование функциональных возможностей организма; • 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 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 социальной ориентации; • приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями. 					
задачи программы	<p>содействие гармоническому физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические факторы и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояние стрессам; расширение двигательного опыта посредством овладение двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях; дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;</p> <p>формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности,</p>					

подготовка к службе армии;

- закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видам спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, уверенности, выдержки, самообладание;
- развитию психических процессов и обучение основам психической регуляции.

промежуточная аттестация

годовая оценка
