

Аннотация

Назначение программы

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе государственного стандарта среднего (полного) общего образования и примерной программы по физической культуре среднего (полного) общего образования Министерства образования Российской Федерации. А так же учебно-методического комплекса «Физическая культура 10-11 кл.» под редакцией Ляха В.И., Зданевича А.А.

Рабочая программа определяет порядок прохождения учебного курса, конкретизирует содержание его предметных тем и дает распределение учебных часов на их изучение.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В соответствии со структурой двигательной деятельности, учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: знания (информационный компонент деятельности), физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности (операциональный компонент деятельности).

В рабочей программе для среднего (полного) общего образования двигательная деятельность, как учебный предмет, представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой. Каждая из этих линий имеет соответствующие свои три учебных раздела (знания, физическое совершенствование, способы деятельности).

Первая содержательная линия рабочей программы «Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирует образовательный процесс на укрепление здоровья учащихся и воспитание бережного к нему отношения. Через свое предметное содержание она нацеливается на формирование интересов и потребностей школьников в регулярных занятиях физической культурой и спортом, творческом использовании осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга, самостоятельной физической подготовке к предстоящей жизнедеятельности.

Вторая содержательная линия «Спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой» соотносится с интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся.

Цели

Общей целью образования в области физической культуры является 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, рабочая программа среднего (полного) общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих целей:

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

Место предмета в учебном плане

В учебном плане гимназии №4 на предмет физической культуры в 10-11 классах выделяется 3 учебных часа в неделю. Два урока физической культуры с образовательной направленностью, третий урок физической культуры с преимущественной развивающей направленностью. Основной формой организации третьего часа физической культуры является урок, направленный на увеличение двигательной активности, развитие двигательных и функциональных возможностей, обучение основам знаний о физической культуре и спорте, истории Олимпийского и спортивного движения, формировании здорового образа жизни, методике самостоятельного проведения занятий физическими упражнениями. Общее число часов за 2 года обучения составляет 210 (10 класс – 108 часов; 11 класс – 102 часа).