МБОУ
ТСОШ № 2

Подписан: МБОУ ТСОШ № 2
DN: ОГРН=1026101643831, E=tacmu@tacina.donpac.ru, ИНН=006134005273, C=RU, L="Тацинский р-н, Тацинская ст-ца", S=61 Ростовская область, STREET="Комсомольский пер, д. 3", O=МБОУ ТСОШ № 2, CN=МБОУ ТСОШ № 2, SN=Колбасина, G=Наталья Викторовна, T=Директор, СНИЛС=03105651299
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021-10-22 14:51:54
Foxit Reader Версия: 9.7.0

Аннотация к программе

по физической культуре для 11 классов

при 3-х урочных занятиях в неделю

на 2020– 2021 учебный год.

1.**Место дисциплины** в структуре основной образовательной программы. Предмет «Физическая культура» включён в базовую часть Федерального базисного учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации.

2. Цель изучения дисциплины. Цель учебного предмета «Физическая культура» - формирование у учащихся средней школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

3. Структура дисциплины. Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Лёгкая атлетика», «Кроссовая подготовка», «Гимнастика», «Спортивные игры».

4. Основные образовательные технологии. В процессе изучения дисциплины используется следующие педагогические технологии: личностно - ориентированного обучения, технология развивающего обучения и ИКТ технологии.

5.Требования к результатам освоения дисциплины. В результате изучения курса «Физическая культура» должны быть достигнуты определенные результаты:

<u>Личностными результатами</u> освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Мета предметными результатамиосвоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

6.Общая трудоёмкость дисциплины: количество часов по учебному плану. На изучение отводится 3 ч в неделю.

Предмет изучается: в 11 классах — по 3 ч (в год – 102ч).

7. Формы контроля.

Контроль за уровнем знаний учащихся предусматривает проведение практических, самостоятельных, сдачи зачётов;
В 1 полугодии: практических работ – 44 ч; зачётов – 1 ч
Во 2 полугодии: практических работ – 56 ч; зачётов– 1ч

8. Учебно-методический комплекс

Основная литература для учителя и учащихся:

- *И.И.Лях, А.А.Зданевич*Физическая культура. 10-11кл.: учеб.дляобщеобразоват. учреждений / - М.:Просвещение, 2012.

Дополнительная литература

- Л.М Певицына Организация и проведение итоговой аттестации общеобразовательных учреждений Ростовской области по предмету «Физическая культура» Ростов –на –Дону 2005г
- П.А. Киселёв Настольная книга учителя физической культуры Москва «Глобус»
- Казакова А.Г. «Организация нетрадиционных форм обучения»,- Иркутск, 1990.
- Гульчевская В.Г. « Концептуальные основы организации образовательного процесса в системе индивидуального обучения», Ростов-на – Дону 1998.
- **9. Составитель:** учитель физической культуры МБОУ Тацинской СОШ № 2 Лысенко А.В.