

Аннотация к рабочей программе элективного курса «Физическая культура. Подготовка к ГТО» 10-11 классы (базовый уровень)

Рабочая программа элективного курса «Физическая культура. Подготовка к ГТО» разработана в соответствии с ФГОС СОО (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с последующими изменениями) учителем физической культуры Ординым П.Н.

Учебные пособия:

Погадаев Г.И. Готовимся к выполнению нормативов ГТО. 1–11 классы. Методическое пособие. – М.: ДРОФА, корпорация «Российский учебник», 2016.

Цель:

формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Количество часов, на которое рассчитана программа – 84 час.

На изучение элективного курса в 10 классе отводится 51 часа (1,5 час в неделю), в 11 классе – 33 часа (1 час в неделю).