

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре( 10-11 классы) .**

Рабочая программа по физической культуре для 10-11 классов составлена на основе:

1. Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ « Юлдузская СОШ» на 2022-2024 гг.
2. Примерной программы основного общего образования по физической культуре, авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2011),

Рабочая программа ориентирована на использование учебника: Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др.

Рабочая программа рассчитана на 102 учебных часа в 10 классе,102 часа в 11 классе.

### **Цели:**

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

### **Задачи.**

1. Содействие гармоничному физическому развитию ,выработка умений использовать физические упражнения ,гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья , противостояние стрессам.
2. Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности.

