

## Аннотация к рабочей программе по Физической культуре

| СОО                        |   |
|----------------------------|---|
| Учебный предмет            | Физическая культура   |
| Класс                      | 10-11   |
| УМК                        | Программа реализуется путем использования следующего УМК:<br>Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И.Лях.-6-е изд.-М.: Просвещение, 2019.   |
| Количество часов           | Данная программа предусматривает изучение физической культуры в 10-11 классе – 68 часов( 2 часа в неделю ).   |
| Нормативная база           | Программа по физической культуре составлена на основе требований к результатам освоения ООП СОО, представленных во ФГОС СОО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной программе воспитания и подлежит непосредственному применению при реализации обязательной части образовательной программы среднего общего образования  |
| Учебники и учебные пособия | 10-11 классы: Учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И.Лях.-6-е изд.-М.: Просвещение, 2019.   |
| Цели и задачи              | <p>Целью реализации учебного предмета «Физическая культура» среднего общего образования является: формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха</p> <p>Основные задачи учебного предмета «Физическая культура» – сформировать у обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>физические качества и функциональные возможности организма занимающихся, повысить его надёжность, защитные и адаптивные свойства;</li> <li>оптимальный уровень физической подготовленности и работоспособности, готовность к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне»;</li> <li>основы организации и планирования самостоятельных занятий оздоровительной, спортивно – достиженческой и прикладно–ориентированной физической культурой, двигательный опыт за счёт индивидуализации содержания физических упражнений разной функциональной направленности, совершенствования технико-тактических действий в игровых видах спорта;</li> <li>умения планирования содержания активного отдыха и досуга в структурной организации здорового образа жизни;</li> <li>навыки в проведении самостоятельных занятий кондиционной тренировкой;</li> <li>умения контролировать состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность;</li> </ul> |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>способы общения и коллективного взаимодействия во время совместной учебной, игровой и соревновательной деятельности, стремление к физическому совершенствованию и укреплению здоровья</p> |
|--|--|