

## Аннотация к рабочей программе для 10 класса

Наименование учебного предмета	<b>Физическая культура</b>
Рабочая программа составлена на основе:	ФГОС СОО, примерной программы по предмету Физическая культура. Рабочие программы. авторская комплексная программа физического воспитания учащихся 1 - 11 классов (В.И. Лях, А.А.Зданевич. 2019 г.).
УМК рабочей программы	Учебник Физическая культура. 10-11 классы: Учебное пособие для общеобразовательных Организаций / В.И. Лях. – М. : Просвещение, 2014. – с.177: ил.- ISBN 978-5-09-031744-3.
Количество часов	105 часов (3 часа в неделю)
Уровень изучения	Базовый
Цель рабочей программы	<b>Целью</b> физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.
Задачи рабочей программы	<b>Задачи</b> физического воспитания учащихся направлены: <ul style="list-style-type: none"><li>• содействовать гармоничному физическому развитию, выработке умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;</li><li>• формировать общественные и личностные представления о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;</li><li>• расширить двигательный опыт посредством овладения новыми двигательными действиями и формировать умения применять их в различных по сложности условиях;</li><li>• продолжить развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей;</li><li>• формировать знания о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;</li><li>• закрепить потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранный вид спорта;</li><li>• формировать адекватную самооценку личности, нравственное самосознание, мировоззрение, коллективизм, развивать целеустремленность, уверенность, выдержку, самообладание;</li><li>• продолжить развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.</li></ul>
Составители рабочей программы	Д.П. Бекреев., учитель физической культуры.