**Аннотация**

**к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура**

**10-11 класс»**

**Программа разработана в соответствии и на основе ФГОС СОО,** примерной программы среднего общего образования по предмету «Физическая культура» 10-11 класс (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016г. №2/16-з)).

Основной целью образования в области физической культуры является формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

При изучении физической культуры реализуются следующие задачи:

**-**содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

**-**развитие жизненно важных двигательных умений и навыков (координационных способностей – точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве; кондиционных способностей – скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости), формирование опыта двигательной деятельности;

**-** развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма, представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

**-**освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории в современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни, знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, о развитии волевых и нравственных представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

**-**воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время, инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности, ценностных ориентаций на здоровый образ жизни привычки соблюдения личной гигиены.

 Сведения о программе: Примерная рабочая программа среднего общего образования предмета «Физическая культура» (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016г. №2/16-з)).

 Количество учебных часов: ФГОС для образовательных учреждений РФ отводит102 учебных часа для обязательного изучения физической культуры в средней школе из расчета 3 учебных часа в неделю. Из них контрольных уроков 8.

Учебно-методический комплект:

Учебные пособия: Лях В.И. Физическая культура. 10-11 классы. Москва, Просвещение, 2020.

 Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» является приложением ООП ООО МБОУ СОШ№1 им .Ляпидевского. Порядок разработки, принятия и утверждения рабочей программы учебного предмета, внесения в нее изменений, регламентируются локальным актом – Положением о рабочей программе учебного предмета, курса, курса внеурочной деятельности.