

**Анотация к рабочей программе
по предмету «Физическая культура»**

Название курса	Физическая культура
Класс	10
Срок реализации рабочей программы	1года
Учебно-методический комплекс	<p>Физическая культура, 10-11 класс/ В.И.Лях, А.А.Зданевич;./ Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;</p> <p>Физическая культура, 10-11 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;</p> <p>Физическая культура, 10-11 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;</p> <p>Физическая культура. 10-11 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;</p>
Составитель	Селицкая В.В.
Цель курса	<p>Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психологических качеств, творческом использовании средств физической культуры и организации здорового образа жизни. В соответствии с этим Примерная программа основного общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма; • формирование 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 и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни. • Задачи физического воспитания учащихся 10 классов направлены: <ul style="list-style-type: none"> -на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, содействие

	<p>гармоническому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучение основам базовых видов двигательных действий; - дальнейшее развитие координационных способностей; - формирование знаний и личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма; - углубленное представление об основных видах спорта; - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время; - формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; - содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции..
<p>Структура курса (название раздела, количество часов)</p>	<p>10 клас-68ч.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Теория-16ч. 2.Физкультурно-оздоровительная-6ч. 3.Спортивные игры: Баскетбол-8ч., Волейбол-11ч., Футбол-5ч., 4. «Спорт»-3ч. 5.Спортивная подготовка-10ч. 6.Базовая физическая подготовка-9ч.