**Аннотация к рабочим программам по физической культуре**

|  |  |
| --- | --- |
| **Уровень образования** | Основное среднее |
| **Срок реализации** | 2года |
| **Классы** | 10-11 |
| **Уровень изучения предмета** | базовый |
| **Место учебного предмета в учебном плане** | 10 класс– 102 часов (3 часа в неделю)  11 класс– 102 часов (3 часа в неделю) |
| **Нормативно-методические материалы** | Комплексная программа физического воспитания учащихся. 10-11 классы. 10, 11 классы. Лях В. И., Зданевич А. А.. 2017 год |
| **Реализуемый УМК** | Физическая культура (базовый уровень). 10, 11 классы. Лях В.И. |
| **Цели и задачи изучения предмета** | На уроках физической культуры в 10-11-х классах решаются все основные задачи, стоящие перед школьной системой физи­ческого воспитания, которые вытекают из цели сред­него общего образования, — содействие всестороннему развитию лич­ности на основе овладения каждым учащимся личной физичес­кой культурой.  Прежде всего на уроках продолжается работа по выработке умений использовать средства физической культуры для укреп­ления состояния здоровья, противостояния стрессам, для отдыха и досуга. В числе оздоровительных задач важное место принад­лежит формированию у молодых людей общественных и личных представлений о престижности высокого уровня здоровья и раз­носторонней физической подготовленности, а также содействию их гармоничному развитию.  В процессе усвоения материала программы углубляются зна­ния старшеклассников о закономерностях спортивной трениров­ки, двигательной активности, о значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, службы в армии, выполнения функций материнства и отцовства; даются конкрет­ные представления о самостоятельных занятиях с целью улучше­ния физического развития и двигательной подготовленности с учетом индивидуальных особенностей учащихся.  В старшем школьном возрасте продолжается дальнейшее обо­гащение двигательного опыта, повышение координационного ба­зиса путем освоения новых, еще более сложных двигательных действий и вырабатывается умение применять их в различных по сложности условиях.  В тесной взаимосвязи с закреплением и совершенствованием двигательных навыков (техники и тактики) осуществляется рабо­та по разностороннему развитию кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скоростных, гибкости) и коорди­национных (быстроты перестроения и согласования двигатель­ных действий, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости) способностей, а также со­четанию этих способностей.  Углубляется начатая на предыдущих уровнях образования работа по за­креплению у юношей и девушек потребности к регулярным за­нятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта, формированию у них адекватной самооценки. При этом делает­ся акцент на воспитание таких нравственных и волевых качеств личности, как самосознание, мировоззрение, коллективизм, це­леустремленность, выдержка, самообладание, а также на разви­тие психических процессов и обучение основам саморегуляции. |

**Количество контрольных работ по классам следующее:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Формы контроля** | **10 класс** | **11класс** |
| **Стартовый контроль** | **1** | **1** |
| **Рубежный контроль** | **1** | **1** |
| **Итоговый контроль** | **1** | **1** |
| **Всего** | **3** | **3** |