

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Предмет	Физическая культура
Уровень образования	Среднее общее (10-11 класс)
Разработчики программы	Авторский коллектив учителей физической культуры : Озерова А.О., Агафонов Д.В., Плясунов В.Н.
Нормативно-методические материалы	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 413 (в ред. от 31.12.2015 № 1578)); - Примерная ООП СОО; - Примерная программа по физической культуре для образовательных организаций, реализующих программы начального общего, основного общего и среднего общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 сентября 2016 г. № 3/16)
Реализуемый УМК	Предметная линия учебников В.И.Ляха. Физическая культура 10-11 класс,- М.: Просвещение, 2015.
Цели и задачи изучения предмета	<p>Содержание рабочей программы строится по модульной системе обучения, с учетом региональных особенностей, условий образовательного учреждения, а также с учетом вовлечения обучающихся с нарушением состояния здоровья.</p> <p>Основная цель изучения учебного предмета «Физическая культура» – развитие физических качеств и двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование национально – культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и потребности к занятиям физической культурой.</p> <p>Основные задачи: - сохранение и укрепление здоровья, в том числе закаливание организма; оптимальное развитие физических качеств и двигательных способностей; повышение функциональных возможностей организма, формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, умений саморегуляции средствами физической культуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование жизненно важных, в том числе спортивных двигательных навыков и умений, культуры движений; приобретение базовых знаний научнопрактического характера по физической культуре; - содействие развитию психомоторных функций; формирование морально – волевых качеств, духовно-нравственной культуры на основе национальных ценностей, а также на диалоге культур; - обеспечение интеллектуального, морального, социокультурного, эстетического и физического развития личности обучающегося; - развитие положительной мотивации и устойчивого учебнопознавательного интереса к предмету «Физическая культура».
Срок реализации программы	2 года

<p>Место учебного предмета в учебном плане</p>	<p>На изучение учебного предмета «Физическая культура» в соответствии с Примерным учебным планом среднего общего образования ориентировочно отводится 210 часов, из них с X по XI класс – 102 (105) часов ежегодно (3 часа в неделю).</p>
<p>Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)</p>	<p><u>Выпускник на базовом уровне научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; • знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; • знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности; • характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития; • характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения; • составлять и выполнять индивидуально-ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры; • выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания; • выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; • практически использовать приемы самомассажа и релаксации; • составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности; • определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств; • проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями; • владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). <p><u>Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:</u></p>

	<ul style="list-style-type: none">• самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;• выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;• проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;• выполнять технические приёмы и тактические действия национальных видов спорта;• выполнять требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); осуществлять судейство в избранном виде спорта;
--	---