**Аннотация к рабочей программе по физической культуре**

**10-11 классы**

Рабочая программа курса физическая культура средней школы (10-11 классы) создана на основе Примерных программ по физической культуры с учетом требований федерального компонента Государственного стандарта основного общего образования по физической культуре, утверждённого приказом Минобразования России от 05.03.2004 г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» и «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов» под редакцией В. И. Ляха, А. А. Зданевича. - М.: Просвещение, 2013;

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности рабочая программа включает в себя три основных учебных раздела: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной (физкультурной) деятельности, «Физическое совершенствование».

Содержание данной рабочей программы рассчитано на **102 часа при трёх учебных занятиях в неделю** среднего (полного) образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.

Помимо выполнения обязательного минимума содержания основных содержательных программ, в зависимости от региона его особенностей – климатических, национальных, а также от возможностей материальной физкультурно-спортивной базы включается и дифференцированная часть физической культуры.

Данная программа рассчитана на условия типовых образовательных учреждений со стандартной базой для занятий физическим воспитанием и стандартным набором спортивного инвентаря.

При разработке рабочей программы учитывались приём нормативов мониторинга физической подготовки, «Президентских состязаний», а так же участие школы в территориальной Спартакиаде по традиционным видам спорта (футбол, баскетбол, лёгкая атлетика, лыжные гонки).

**Цели и задачи программы.**

***Целью 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 физического воспитания учащихся 10 – 11 классов.***

Задачи физического воспитания учащихся 10–11 классов направлены на:

* содействие гармоничному физическому развитию, выработку умений использовать упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
* формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;
* расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
* дальнейшее 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;
* формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значений занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;
* закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;
* формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания;
* дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

**Преподавание ведется по учебникам:**

1.Физическая культура Методические рекомендации 10-11 класс

М.Я.Виленский, В.Т.Чичикин,Т.Ю.Торочкова под ред.М.Я.Виленского

М.:Просвещение,2011

2. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для .общеобразоват. учреждений

В.И.Лях, А.А.Зданевич; под общ. ред. В.И.Ляха. – 6-е изд

М.:Просвещение,2011.

3.Физическая культура. Тестовый контроль. 10-11 классы

В.И.Лях.