**Аннотация к рабочей программе по физической культуре**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование программы** | Рабочая учебная программа по предмету  «Физическая культура» |
| **Основной разработчик программы** | Учитель физической культуры Иванникова Любовь Геннадьевна |
| **Адресность программы** | Среднее общее образование, 10-11 классы |
| **УМК** | Физическая культура, 10-11 классы. А.П. Матвеев, 2020г. |
| **Основа программы** | -Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования;  - Основная образовательная программа среднего  общего образования МБОУ СОШ №31 г.Шахты. |
| **Цель программы** | Формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. |
| **Задачи программы** | * укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; * формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры; * овладение школой движений; * развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей; * формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей; * выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий; * формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; * приобщение к самостоятельным занятиям   физическими упражнениями, подвижными играми, |

|  |  |
| --- | --- |
|  | использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;   * воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности. |
| **Срок реализации** | 2 года |
| **Количество часов в неделю** | 10 класс - 3ч. (105ч.)  11 класс – 3 ч. (102ч.) |