**Аннотация к рабочей программе по физической культуре**

Рабочая программа по физической культуре для 10-11 классов соответствует

требованиям федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, обеспечивает достижение планируемых результатов освоения. Основной образовательной программы основного «Мугенская средняя общеобразовательная школа» - филиал МАОУ «Средняя общеобразовательная школа посёлка Демьянка» Уватского муниципального района.

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе примерной

программы основного общего образования и авторской программы по физической культуре 10-11 класс (102 час: 3 часа в неделю) с использованием УМК под редакцией В.И Лях, А.А Зданевич (М.: Просвещение, 2010 г).. Данная рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем авторской программы, дает распределение учебных часов по разделам и темам курса. Учебным планом на изучение физической культуры предусмотрено 3 учебных часа в неделю , 102 часов в год. Третий час

предмета направлен на увеличение двигательной активности обучающихся. При организации, планировании и проведении третьего часа предмета «Физическая культура» используется потенциал имеющейся спортивной инфраструктуры школы, а также максимально используются возможности светового дня. В программу включена подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Изучение физической культуры на базовом уровне среднего (полного) общего образования направленно на достижение следующих **целей**:

-развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья; воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью; овладения технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями базовыми видами спорта; освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

**Задачи**: 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;