**Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 классах.**

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2020).

Используемая литература***:*** Для реализации программного содержания в учебном процессе можно использовать учебник: Лях В. И., Зданевич А. А. Физическая культура. 10–11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / под общ. ред. В. И. Ляха. М.: Просвещение, 2020

1. Цели обучения физической культуре

**в области познавательной культуры:**

* владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
* владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных

возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

* владение знаниями об основах организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составление содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

**в области нравственной культуры:**

* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
* способность активно включаться в совместные физкультурно – оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
* владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

**в области трудовой культуры:**

* умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
* умение проводить туристические и пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
* умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

**в области эстетической культуры**:

* красивая (правильная) осанка, умение её длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижения
* хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
* культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринуждённо.

**в области коммуникативной культуры:**

* умение осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем; обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
* умение достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с детьми занятий физкультурно – оздоровительной и спортивно – оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
* умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.

**в области физической культуры:**

* владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанье и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
* владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
* умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

4.Количество часов: всего – 68 часов, 2 часа в неделю

5.Рабочая программа включает следующие компоненты:

1. Титульный лист
2. Пояснительная записка
   1. Место учебного предмета в учебном плане
   2. Используемый учебно–методический комплекс, включая электронные ресурсы
   3. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса:
   4. Форма и периодичность текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.
3. Содержание учебного предмета, курса.
4. Календарно-тематическое планирование
5. Составитель: Шишкина Анастасия Владимировна, учитель физической культуры