

Аннотация к рабочей программе по физической культуре.

Предмет	Физическая культура
Класс	10-11
Нормативная база	Рабочие программы разработаны на основе следующих нормативных документов: 1. Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции). 2. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (2014 г.) (в действующей редакции). 3. Приказа Министерства Просвещения РФ от 28 декабря 2018г. №345 «О федеральном перечне учебников рекомендуемых к использованию имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования». 4. Учебного плана филиала МАОУ Маслянская СОШ «Менжинская СОШ» на 2019-2020 учебный год. 5. Авторская «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010).
Учебники	Лях В. И. Физическая культура. 10-11 кл.: учеб. Для общеобразоват. Учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под общ. Ред. В. И. Ляха – М. : 2012
Основные цели и задачи реализации содержания предмета	<p>Цели: знать/понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности; уметь: - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики, в том числе выполнять нормы и требования Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее ВФСК «ГТО»). - выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; - осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: - повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья; - подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; - организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;

	<ul style="list-style-type: none">- активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни;- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.
Срок реализации	2019-2020 учебный год
Место предмета в учебном плане	Учебный план предусматривает: 10 класс - 102 часа в неделю 11 класс - 102 часа в неделю