

**Аннотация
к рабочей программе по
физической культуре
10-11 классы**

Нормативная основа разработки программы	<ol style="list-style-type: none">1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации».2. Федеральный компонент государственного образовательного стандарта общего образования.3. Примерная образовательная программа по физической культуре.4. Образовательная программа и учебный план ГБОУ Школа № 117.5. Авторская программа по физической культуре Лях В.И.
Цели и задачи изучения предмета	<p>Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.</p> <p>В соответствии с этим программа своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических задач:</p> <ul style="list-style-type: none">• содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены; обучение основам базовых видов двигательных действий;• дальнейшее развитие координационных и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;• выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;• углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и

	<p>инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;</p> <ul style="list-style-type: none"> • воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; • выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды и т.д.; • обучение основам психической саморегуляции
<p>Место предмета в учебном плане</p>	<p>в 10 классе - 3 часа в неделю; во 11 классе - 3 часа в неделю</p>
<p>Разделы рабочей программы</p>	<p>Планируемые результаты освоения учебного предмета Содержание учебного предмета Тематическое планирование</p>