**Аннотация к рабочей программе**

**учебного предмета «Физическая культура»**

**среднего общее образование**

Рабочая программа по физической культуре для 10-11 классов (далее программа) составлена на основе следующих нормативных документов:

* Закона Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
* Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 года № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с изменениями)
* Примерной основной образовательной программы среднего общего образования.

**1. Предметные результаты освоения основной образовательной программы среднего общего образования**

**В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне среднего общего образования:**

**Выпускник на базовом уровне научится:**

* определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
* знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
* знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корригирующей направленности;
* характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;
* характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;
* составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;
* выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;
* выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* практически использовать приемы самомассажа и релаксации;
* практически использовать приемы защиты и самообороны;
* составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;
* определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;
* проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;
* владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

* *самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;*
* *выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;*
* *проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;*
* *выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта;*
* *выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);*
* *осуществлять судейство в избранном виде спорта;*
* *составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.*

**2.Место предмета в учебном плане школы.**

Рабочая программа разработана на основе учебного плана МАОУ Городищенской СОШ, в соответствии с которым на изучение учебного предмета физическая культура средней школы отводится 207 ч., в том числе: в 10 классе —105ч, в 11 классе —102 ч.

**3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы программы** | **Количество часов** | |
| **Класс** | |
| **10** | **11** |
| **1** | Знания о физической культуре | В процессе уроков | |
| **2** | Способы самостоятельной деятельности | В процессе уроков | |
| **3** | **Физическое совершенствование** | **105** | **105** |
| 3.1 | Лёгкая атлетика | 30 | 28 |
| 3.2 | Спортивные игры | 40 | 40 |
| 3.3 | Лыжная подготовка | 16 | 16 |
| 3.4 | Гимнастика с элементами акробатики | 18 | 18 |
| **4** | **Всего** | **105** | **102** |