**Аннотация к рабочей программе по предмету «физическая культура»**

|  |  |
| --- | --- |
| Название курса | физическая культура |
| Класс | 10 |
| Количество часов | 102 |
| Составитель | В.А.Дмитриев |
| Реализуемый УМК | под редакцией В.И.Ляха, А.А.Зданевича. |
| Цель курса | Программа обеспечивает достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы среднего общего образования. |
| Срок реализации  программы | В течении учебного года |
| Место учебного предмета  в учебном плане | на основании учебного плана и в соответствии с уставом МБОУ СШ № 2 г. Вязьма Смоленской области. |
| Результаты освоения  учебного предмета  (требования к  выпускнику) | **В результате освоения предмета «Физическая культура» ученик должен**  **Знать\понимать:**  - роль и значение регулярных занятий физической культурой и спортом для приобретения физической привлекательности, психической устойчивости, повышения работоспособности, профилактики вредных привычек, поддержания репродуктивной функции человека;  - положительное влияние занятий физическими упражнениями с различной направленностью на формирование здорового образа жизни, формы организации занятий, способы контроля и оценки их эффективности.  **Уметь:**  - выполнять комплексы физических упражнений из современных оздоровительных систем с учетом состояния здоровья, индивидуальных особенностей физического развития и подготовленности;  - выполнять индивидуальные акробатические и гимнастические комбинации на спортивных снарядах, технико-тактические действия в спортивных играх и упражнения с прикладной направленностью;  - использовать приемы саморегулирования психофизического состояния организма, самоанализа и самооценки в процессе регулярных занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.  **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**  - выполнять физкультурно-оздоровительные и тренировочные занятия для повышения индивидуального уровня физического развития и физической подготовленности, формирования правильного телосложения, совершенствования техники движений и технических приемов в различных видах спорта;  - применять средства физической культуры и спорта в целях восстановления организма после умственной и физической усталости;  - уметь сотрудничать, проявлять взаимопомощь и ответственность в процессе выполнения коллективных форм физических упражнений и в соревновательной деятельности;  - демонстрировать здоровый образ жизни. |
| Структура курса | Структура программы соответствует требованиям ФГОС СОО и содержит разделы:  1) планируемые результаты освоения учебного предмета, курса;  2) содержание учебного предмета, курса;  3) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы. |