

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**по предмету «Физическая культура»  
для 10-11 класса (базовый уровень) (СОО)**

### **Нормативная основа разработки программы**

Рабочая программа по физической культуре (10-11 классы) составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»).

Является частью Основной образовательной программы среднего общего образования ГБОУ СО «Гимназия № 11 (Базовая школа РАН)».

### **Реализуемые УМК**

Данная программа реализована в учебниках:

Физическая культура. 10-11 классы, Лях В.Я.. Учебник для общеобразовательных учреждений. - М.: Просвещение, 2018.

### **Цель реализации программы**

Учебный предмет «Физическая культура» направлен на реализацию целей и задач обучения, сформулированных в Государственном стандарте общего образования по физической культуре.

Изучение предмета направлено на достижение следующих целей:

определение влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

изучение способов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

изучение правил и способов планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями;

научиться составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;

выполнение комплексов упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;

выполнение технических действий и тактических приемов базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

составление и проведение комплексов физических упражнений различной направленности;

проведение мероприятий по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;

овладение техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

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;

осуществлять судейство в избранном виде спорта;

составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.

**Срок реализации программы**

Два года.

**Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы**

Общий период освоения учебного предмета – 2 года, количество учебных часов – 204, в том числе:

1 год (10 класс): 3 часа в неделю x 34 учебных недель = 102 учебных часа;

2 год (11 класс): 3 часа в неделю x 34 учебных недель = 102 учебных часа.