**Аннотации к рабочей программе по Физкультуре 10 класс**

**1.**Рабочая программа по физкультуре для 10 класса реализуется в общеобразовательном классе, исходя из особенностей психического развития и индивидуальных возможностей с учетом группы здоровья и физкультурной группы:

* разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта,
* примерной программы по физической культуре,
* авторской программы Ляха В.И. «Физическая культура 10-11класс»,издательства «Просвещение», 2015г.
* Программа реализуется на основе учебника «Физическая культура 10-11» Лях В.И. Издательства «Просвещения», 2015г
* Количество часов в неделю – 3 часа. Общее количество часов в год – 102 часа.

**2.** **Цель изучения предмета:**

* сформированная мотивация к обучению и стремление к познавательной деятельности, система межличностных и социальных отношений, ценностно-смысловые установки, правосознание и экологическая культура.
* самостоятельность в планирование и осуществлении учебной, физкультурной и спортивной деятельности, организация сотрудничества со сверстниками и педагогами
* физическая подготовленность должна соответствовать уровню показателей развития физических способностей с учётом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

**3.Содержание программы:**

Программа содержит отобранную в соответствии с задачами обучения систему понятий из области:

* знания о физической культуре.
* способы двигательной (физкультурно-оздоровительной, спортивно-оздоровительная и прикладная) деятельности.

**4. Основные образовательные технологии:**

В процессе изучения предмета используются технологии образовательно - обучающей, образовательно - тренировочной направленности и организованы фронтальным, групповым и индивидуальным способом

**5. Требования к результатам освоения программы.**

В результате изучения программы, обучающиеся должны овладевать /формировать:

* принятию и реализации ценности здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
* способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
* овладению современными методиками укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности профилактики заболеваний,
* овладению способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

**6. Формы контроля.**

Контроль знаний и навыков проводится в виде учета индивидуальных, групповых видов физкультурной и спортивной деятельности в течение года: лёгкая атлетика-6у.

спортивные игры-4у., гимнастика-3у., лыжная подготовка-2у.,