**Аннотация к программе по предмету «Физическая культура»**

**10-11 класс (ФГОС)**

Рабочая программа для 10-11 классов составлена в соответствии с Примерной программой среднего (полного) общего образования и на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (В.И.Лях, А.А.Зданевич. – М.: Просвещение, 2009г.) и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации. В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе. На его преподавание отводится 204 часов: в 10 классе – 102 часов в год (3 часа в неделю); в 11 классе – 102 часов в год (3 часа в неделю). Введение третьего часа в неделю для занятий физической культурой обусловлено следующими нормативными документами: письмо Минобразования РФ от 12.08.2002 г. №13-51-99/14 «О введении третьего дополнительного часа физической культуры в образовательных учреждениях Российской Федерации», приказ Минобразования РФ № 1312 от 09.09.2003 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования». В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть – входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (учитываются особенности Кольского края). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал на усмотрение учителя и условий материально – технической базы образовательного учреждения. В старшем школьном возрасте продолжается дальнейшее обогащение двигательного опыта, повышение координационного базиса путём освоения новых, ещё более сложных двигательных действий и вырабатывается умение применять их в различных по сложности условиях. Закрепляются и совершенствуются двигательные навыки (техника и тактика) наряду с развитием кондиционных и координационных способностей. На уроках физической культуры продолжается обучение учащихся знаниям по вопросам физической культуры. Для изучения теоретических знаний выделяется время в процессе уроков.

**Задачи физического воспитания учащихся 10—11 классов**

Задачи физического воспитания учащихся 10—11 классов направлены на: •содействие гармоничному физическому развитию, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам; • формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности; • расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях; • дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей; • формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии; • закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта; • формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания; • дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.