

## АННОТАЦИЯ

к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура»

10 класс

базовый уровень

102ч/год

1.3.6.1.2.1 Лях В.И., Зданевич А.А .«Физкультура 10-11класс», М., Просвещение, 2018

**Цель** программы состоит в обеспечении разностороннего развития, раскрытии двигательных способностей ребёнка, формирования потребности и привычки к систематическим занятиям физкультурой и спортом, и главное - укрепление и сохранение здоровья на долгие годы.

На уроках физической культуры в 10-х классах решаются все основные **задачи**, стоящие перед школьной системой физического воспитания, которые вытекают из цели общего и среднего образования — содействие всестороннему развитию личности на основе овладения каждым юношей и девушкой личной физической культурой.

### Учебно-тематический план.

Разделы учебной программы	Всего часов
- Гимнастика	20
- Баскетбол	21
- Волейбол	21
- Лёгкая атлетика	21 (11+10)
- Кроссовая подготовка	19 (11+8 )
<b>ВСЕГО</b>	<b>102</b>

### Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 10 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

#### Личностные результаты:

освоение социальных норм, правил поведения, ролей социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;

**Метапредметные результаты:**

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

**Предметные результаты:**

понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;