

Аннотация к рабочей программе учебного предмета **Физическая культура**

Рабочая программа по физической культуре для 10-12 классов разработана на основе и в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте»;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерная основная образовательная программа основного общего образования одобрена решением федерального учебно – методического объединения по общему образованию.

Цель: учебного предмета «Физическая культура» - формирование разносторонне физически развитой личности, способно активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В средней школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Образовательный процесс в области физической культуры в 10-12 классах строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств (скоростных, скоростно- силовых, гибкость, общей выносливости, специальных и специфических координационных) и повышение функциональных возможностей организма (сердечно- сосудистой, дыхательной, нервной системы и опорно-двигательного аппарата);

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры);

- освоение базовых понятий о физической культуре (физическая подготовка, быстрота, гибкость, координация, ловкость), их истории (зарождение Олимпийского движения, избранный вид спорта) и физической культуре человека (закаливание, гигиена, режим дня);

- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности (УГГ, физкультминутки, подвижные игры), самостоятельной организации занятий физическими упражнениями (требование техники безопасности и гигиенических правил);

- воспитание положительных качеств личности (ответственность, самостоятельность, активность, трудолюбие, упорство, терпеливость), норм коллективного взаимодействия (взаимопонимание, взаимовыручка, помощь) и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 426ae4e4947742494c277fe0f51311fc571cb160

Владелец **Козин Валерий Сергеевич**

Действителен с 17.09.2021 по 17.12.2022