**Аннотация к рабочей программе учебного предмета**

**«Физическая культура»**

**для 10,11,12 классов**

Программа по физической культуре для 10,11,12 классов общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную концепцию требований ФГОС СОО и раскрывает их реализацию через конкретное содержание.

Общей целью общего образования по физической культуре является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре для 10,11,12 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием потребности учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры в соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности. Данная цель реализуется в программе по физической культуре по трём основным направлениям.

  Образовательный процесс по физической культуре в основной школе строится так, чтобы были решены следующие **задачи:**

* укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
* освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
* обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
* воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

 Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры 170 – часа: в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 11 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 12 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

 **10 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Физическая культура как социальное явление |  2  | Российская электронная школа |
| 1.2 | Физическая культура как средство укрепления здоровья человека |  1  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной двигательной деятельности** |
| 2.1 | Физкультурно-оздоровительные мероприятия в условиях активного отдыха и досуга |  3 | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  4 | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  4  |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Модуль «Спортивные игры». Футбол |  5  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Модуль «Спортивные игры». Баскетбол |  5  | Российская электронная школа |
| 2.3 | Модуль «Спортивные игры». Волейбол |  5  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  15  |  |
| **Раздел 4.** **Модуль «Спортивная и физическая подготовка»** |
| 4.1 | Спортивная подготовка |  4  | Российская электронная школа |
| 4.2 | Базовая физическая подготовка |  5  | Российская электронная школа |
| **Итого** |  9  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  34  |  |

**11 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Здоровый образ жизни современного человека |  3  | Российская электронная школа |
| 1.2 | Профилактика травматизма и оказание перовой помощи во время занятий физической культурой |  2  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  5  |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной двигательной деятельности** |
| 2.1 | Современные оздоровительные методы и процедуры в режиме здорового образа жизни |  2  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне» |  1  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3 |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  2 | Российская электронная школа |
| Итого по разделу | 2  |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Модуль «Спортивные игры». Футбол |  10  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Модуль «Спортивные игры». Баскетбол |  10  | Российская электронная школа |
| 2.3 | Модуль «Спортивные игры». Волейбол |  7  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  27  |  |
| **Раздел 3.** **Прикладно-ориентированная двигательная деятельность** |
| 3.1 | Модуль «Атлетические единоборства» |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 4.** **Модуль «Спортивная и физическая подготовка»** |
| 4.1 | Спортивная подготовка |  10  | Российская электронная школа |
| 4.2 | Базовая физическая подготовка |  18  | Российская электронная школа |
| **Итого** |  28 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  68  |  |

**12 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Здоровый образ жизни современного человека |  3  | Российская электронная школа |
| 1.2 | Профилактика травматизма и оказание перовой помощи во время занятий физической культурой |  2  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  5  |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной двигательной деятельности** |
| 2.1 | Современные оздоровительные методы и процедуры в режиме здорового образа жизни |  2  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне» |  1  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3 |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  2 | Российская электронная школа |
| Итого по разделу | 2  |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Модуль «Спортивные игры». Футбол |  10  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Модуль «Спортивные игры». Баскетбол |  10  | Российская электронная школа |
| 2.3 | Модуль «Спортивные игры». Волейбол |  7  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  27  |  |
| **Раздел 3.** **Прикладно-ориентированная двигательная деятельность** |
| 3.1 | Модуль «Атлетические единоборства» |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 4.** **Модуль «Спортивная и физическая подготовка»** |
| 4.1 | Спортивная подготовка |  10  | Российская электронная школа |
| 4.2 | Базовая физическая подготовка |  18  | Российская электронная школа |
| **Итого** |  28 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  68  |  |