РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Администрация города Иркутска

Комитет по социальной политике и культуре

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Иркутска

средняя общеобразовательная школа №6

(МБОУ г. Иркутска СОШ №6)

664058, г. Иркутск, м-н Первомайский, 10 тел/факс: 36-38-32, [irkschool6@yandex.ru](mailto:irkschool6@yandex.ru)

**Аннотация к рабочей программе**

**по предмету «Физическая культура»**

**10 класс**

****

1. **Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура», 10 класс**

Физическая культура - часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека и использование их в соответствии с потребностями общественной практики.

Это особая и самостоятельная область культуры. Она возникла и развилась одновременно с общей культурой человека. Физическую культуру можно рассматривать как специфическую реакцию на потребности общества в двигательной активности и способ удовлетворения этих потребностей.

В системе школьного образования учебный предмет «Физическая культура» предусматривает формирование у учащихся обще учебных умений и интегративных знаний, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций, доступных учащимся и способствующих самостоятельному изучению физической культуры; углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах а также развитие специальных учебных умений. Овладение навыком плавания жизненно необходимо для каждого учащегося. Плавание предъявляет высокие требования к координационным способностям занимающегося, равновесию, ориентированию в пространстве, дифференцированию временных, пространственных и силовых параметров движений, чувству ритма. Систематические занятия плаванием содействуют также развитию выносливости, нормальному физическому развитию, улучшению деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем. Оно является одним из важнейших средств закаливания учащихся.

**2. Основа для составления программы:**

Рабочая программа по физической культуре в 10 классе составлена на основе Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (п.22 ст.2, ч.1,5 ст.12, ч.7 ст.28, ст.30, п.5 ч.3 ст.47, п.1 ч.1 ст. 48); Примерной программы по физической культуре в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897. Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем федерального государственного образовательного стандарта второго поколения.

**3. Место предмета в учебном плане:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Количество учебных часов в год | Количество учебных часов в неделю | Контрольные диктанты | Уроки развития речи (практические, лабораторные) | Резервных часов |
| 102 | 3 | 0 | 0 | 0 |

**4. Цели и задачи** изучения Физической культуры в средней школе являются:

* содействие гармоническому физическому развитию, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
* формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;
* дальнейшее развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
* расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
* формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности;
* закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
* формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, выдержки, самообладания, собственных физических возможностей;
* дальнейшее развитие психических процессов и свойств личности.

**УМК 10 кл:**

1. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы. В.И.Лях, А.А.Зданевич. Москва «Просвещение» 2017:
2. Стандарты второго поколения «Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура», Москва «Просвещение» 2018;
3. Настольная книга учителя физической культуры, Москва «АСТ-Астрель» 2013;
4. Акробатика В.П.Коркин, В.И.Аракчеев, Москва «Физическая культура и спорт» 1989;
5. Физическая культура Ю.И.Евсеев, Ростов-на-Дону «Феникс» 2012;
6. Методика преподавания гимнастики в школе П.К.Петров, Москва «Владос» 2003;
7. Командная гимнастика в школе А.Б.Лагутин, Москва «Физическая культура» 2008;
8. Поурочные разработки по физкультуре 10 классы В.И.Ковалько, Москва «Вако» 2018;
9. Рабочие программы «Физкультура 1-11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха, А.А.Зданевича»